

PRIMEROS AUXILIOS PSICOLÓGICOS (PAP)

ESCUCHA ACTIVA

- Escuchar sin interrupciones y sin juicios.
- Presentarse como persona de apoyo.
- Acompañar sin invadir, mostrando disponibilidad.

REFORZAR EL APRENDIZAJE

- Dialogar luego de la crisis si la persona lo desea.
- Validar las emociones del estudiante.
- Brindar información sobre autorregulación y recursos de apoyo.
- Fortalecer la confianza y la autonomía del estudiante para futuras situaciones.

FOMENTAR EL BIENESTAR

- Respetar el espacio personal, evitar tocar sin consentimiento
- Evitar forzar contacto visual ni interacción verbal.
- Usar estrategias de regulación sensorial conocidas por el estudiante (audífonos, objetos, posturas cómodas).

COMUNICACIÓN ACCESIBLE Y ANTICIPATORIA

- Informar cambios de rutina con antelación.
- Usar apoyos visuales y lenguaje claro.
- Evitar el uso de lenguaje ambiguo o con doble sentido.

DERIVACIÓN Y CONTENCIÓN

- Activar redes de apoyo profesionales según el protocolo institucional (TENS)
- Acompañar sin apurar procesos ni decisiones.
- Validar la experiencia del estudiante y su forma de vivir la situación.

